

### **3.0 Konsep Diri Remaja**

Kadangkala ibu bapa mengambil sikap lepas tangan dan membiarkan anak mereka melintasi alam remaja berlaku begitu sahaja tanpa mengambil tahu pergolakan yang dihadapi oleh anak mereka. Ibu bapa perlu mengetahui bahawa masa remaja ialah masa peralihan zaman dari alam kanak-kanak menuju ke alam dewasa. Pada masa ini anak-anak tidak lagi dianggap kanak-kanak dan tidak juga orang dewasa.

Peralihan zaman alam kanak-kanak menuju alam dewasa adalah suatu masa yang penting kepada remaja kerana pada masa ini mereka akan menentukan konsep dirinya atau siapakah diri aku atau suatu proses menentukan konsep jati diri pada dirinya. Rogers (1985) menyatakan antara perubahan nyata yang berlaku pada akhir masa remaja ialah:

#### **3.1 Perubahan pada fizikal**

Bagi anak lelaki didapati mengalami perubahan jelas pada jasmani di mana anggota badan kelihatan mula gempal, sasar, dan tegap. Manakala si gadis pula mula menampilkan sifat-sifat kewanitaannya seperti datang haid, buah dada membesar, pinggang mula ramping dan punggung melebar. Apabila sampai pada peringkat akhir remaja simbol-simbol daya tarikan seks mula kelihatan dan diiringi juga rangsangan seksual yang mula meningkat.

### **3.2 Perubahan Emosi dan Fikiran**

Di peringkat remaja, perasaan dan fikiran anak lelaki setabil kerana mereka tidak lagi kanak-kanak. Pada zaman kanak-kanak skrip hidup hariannya ditentukan oleh ibu bapa dan kita dapati perbuatan mereka dibuat secara spontan tanpa dipengaruhi oleh fikiran dan emosi. Apabila anak melangkah ke alam remaja, ia mula pandai berfikir, menilai perasaan, mengkaji skrip hidup ibu bapa, mencuba sesuatu yang baru dan berkhayal tentang keindahan dunia kehidupan orang dewasa yang sukar dicapai baginya. Perubahan emosi dan fikiran ini menimbulkan kegelisahan pada remaja kerana untuk berdikari mereka tidak mampu dan untuk mengikut jejak langkah orang dewasa juga tidak berupaya. Keadaan ini menimbulkan konflik nilai dalam dirinya. Mereka mengalami rasa gembira dan kadangkala kesunyian, berkhayal dengan orang yang dikaguminya, dan cenderung mencontohi dalam pelbagai perkara, seperti cara berpakaian, cara bergaul dan cara berfikir. Orang yang dikagumi yang akan dicontohi kemungkinan terdiri dari penyanyi popular, pelakon popular, pelawak, tokoh ulamak, tokoh politik, ahli sukan atau sebagainya. Ini bergantung kepada pendedahan dan pengajaran yang diterima oleh remaja itu.